

«Адаптация ребенка в детском саду»

Не редко бывает, что радостные ожидания от первых посещений сада сменяются озабоченностью: у ребенка регресс во всем достигнутом: в речи, навыках, умениях, игре. Может, заболел? У него и в самом деле насморк, а вчера была температура... Ему не мил детский сад, и малыш почти неузнаваем, словно его «подменили». «Подменили» не малыша, а жизнь и обстоятельства, что неизбежно. Организм и душа ребенка - в состоянии между здоровьем и болезнью: вскоре ребенок или в самом деле заболевает, если выраженность стресса велика, или снова становится сам собой, в случае легкой адаптации.



Тип тяжелой или неблагоприятной адаптации характеризуется потерей в весе или внезапным, без каких-то видимых причин, кратковременным повышением температуры. Стресс разрушает защитные барьеры малыша, извращает ряд важных физиологических реакций, необходимых для поддержки состояния здоровья, и нет больше защитного панциря, защищающего от всех болезней. От любого дуновения ветерка ребенок заболеет, произойдет срыв адаптации, а после срыва ему придется адаптироваться заново. Тип легкой адаптации характеризуется привыканием к новой обстановке - в течение полумесяца, а изменения, которые видны в поведении ребенка, кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Промежуточный вариант - средней тяжести течение периода различных адаптационных изменений в детском организме характеризуется сроком адаптации - больше месяца, иногда во время нее возможны заболевания без каких-либо осложнений.

Чем спровоцирован стресс у ребенка в подобной ситуации? Не столько отрывом от значимых взрослых (ими в течение всего дошкольного периода являются близкие в семье), и особенно от матери, сколько несовершенством адаптационных механизмов ребенка. Ведь, чтобы продержаться в новой обстановке, малышу необходимо вести себя в детском саду не так, как дома. Но ребенок не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так.



Как надо родителям готовить ребенка к поступлению в детский сад

- «Раскройте секреты» малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
- Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
- Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы: ребенок не слушая, слушает.
- Готовьте Вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.
- Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим.
- Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.
- Повысьте роль закаливающих мероприятий. Они не защитят от инфекционных заболеваний, но уменьшат вероятность возникновения возможных осложнений.
- Не угрожайте ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.
- Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.
- Забирайте первое время пораньше домой, создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите походы в цирк, в театр, в гости и другие многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач.
- Не кутайте ребенка, а одевайте в соответствии с температурой в группе.
- Не надо в присутствии ребенка плохо говорить о детском саду или обсуждать связанные с ним проблемы.
- «Наказывать» ребенка детским садом и в числе последних забирать его домой.
- Мешать его контактам с детьми в группе: значимый взрослый, оставаясь в группе наблюдать за своим ребенком, порождает ситуацию двойственности, которая усугубляет в ребенке качество нерешительности и препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.

Чтобы привыкание к ДОО было максимально безболезненным для ребёнка, нужно сделать его постепенным (у каждого ребенка проходит индивидуально).

В течение 1-й недели ребёнок посещает детский сад 2 часа, затем время увеличивают на 1,5-2 часа. Следует помнить, что в процессе привыкания в первую очередь нормализуются настроение, самочувствие ребенка, аппетит, в последнюю очередь – сон.

Семья – социальная общность, которая закладывает основы личностных качеств ребенка. При жизни в определенных, устойчивых условиях ребенок постепенно приспосабливается к влияниям окружающей среды: к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Поступление в детский сад изменяет почти все

условия жизни маленького ребенка. Именно сотрудники детского сада и родители, объединив свои усилия, обеспечивают малышу эмоциональный комфорт.

Поэтому на сегодняшний день актуальна тема адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в это время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

